



# Alfa i Omega dla mieszkańców Monaru

Celem projektu „Alfa i Omega” realizowanego przez Opolskie Centrum Demokracji Lokalnej FRDL oraz Stowarzyszenie „MONAR” ze Zbicka jest ułatwienie osobom wykluczonym społecznie z powodu uzależnień powrotu do czynnego życia społecznego i zawodowego.

Projekt „Alfa & Omega” jest odpowiedzią Opolskiego Centrum Demokracji Lokalnej FRDL (OCDL FRDL) na wyraźną potrzebę społeczną środowisk związanych z problemem uzależnień. Oparty został na doświadczeniu Stowarzyszenia „MONAR” w Zbicku specjalizującego się w profilaktyce uzależnień.

Partnerstwo tych organizacji pozarządowych daje możliwość wykorzystania ich najlepszych doświadczeń – OCDL FRDL w realizacji projektów ministerialnych i unijnych oraz w prowadzeniu szkoleń dla różnych grup odbiorców, a Stowarzyszenia „MONAR” w pracy z osobami wykluczonymi, opieki nad nimi oraz w prowadzeniu działań profilaktycznych.

Cel projektu został określony poprzez badanie i diagnozę potrzeb środowiska osób uzależnionych. Jest nim dążenie do stopniowego ograniczenia i eliminacji barier, które towarzyszą osobom wykluczonym społecznie poprzez kompleksowe, innowacyjne i indywidualne wsparcie zarówno psychologiczne, społeczne, jak i zawodowe.

Powrót do czynnego życia społecznego i zawodowego ułatwić mają różnego typu szkolenia i warsztaty, m.in. językowe i komputerowe, ale także warsztaty psychologiczne związane ze wspinaczką skałkową czy żeglowaniem, stanowiące tło do kształtowania się relacji w grupie i budowania więzi międzyludzkich. Prowadzone są również warsztaty zawodowe, np. pielęgnacja obszarów zielonych, projektowanie stron internetowych czy praca z wykorzystaniem grafiki komputerowej.

Przez cały czas trwania projektu uczestnicy znajdują się pod opieką psychologa, opiekunów grup i doradcy zawodowego.

Zajęcia indywidualne cieszą się dużym zainteresowaniem uczestników. Oto co powiedział jeden z kursantów, Paweł, o szkoleniu „pielęgnacja obszarów zielonych”: *– Zajęcia są bardzo ciekawe i pouczające, a prowadzący je posiada obszerną wiedzę w różnych dziedzinach nauk przyrodniczych, jego sposób prowadzenie zajęć jest na tyle zróżnicowany, że chętnie uczyć się zarówno teorii, jak i praktyki.*

Również zajęciom z języka angielskiego, odbywającym się dwa razy w tygodniu w dwóch grupach zaawansowania, towarzyszy entuzjazm i aktywność.

Natomiast moduł z komunikacji interpersonalnej, realizowany na skałkach i żaglach, na który z niecierpliwością czekają uczestnicy, to forma rekreacji połączona z nauką funkcjonowania w grupie. Warsztaty ujawniły siłę, jaką stanowi grupa, oraz wielkie znaczenie wsparcia, jakie może ona dać przy wychodzeniu z nałogu.

*– Mimo długiej procedury zatwierdzania projektu, dużej ilości formalności i dokumentów związanych ze sprawozdawczością, projekt realizowany w partnerstwie OCDL FRDL i Stowarzyszenie MONAR spełnia oczekiwania uczestników i realizowany jest zgodnie z założeniami. Jest to pierwsza tego rodzaju inicjatywa na Opolszczyźnie powiązana z wykorzystaniem środków unijnych, która uczy „nowych umiejętności” nie tylko uczestników, ale także partnerów – mówi Adriana Pieszka, koordynator projektu z OCDL FRDL.*



FUNDACJA ROZWOJU  
DEMOKRACJI LOKALNEJ

ul. Hauke-Bosaka 11  
01-540 Warszawa

tel. (22) 869 92 00 do 07  
fax (22) 839 22 85  
mail: [biuro@frdl.org.pl](mailto:biuro@frdl.org.pl)

[www.frdl.org.pl](http://www.frdl.org.pl)



Ośrodek regionalny FRDL



Filia ośrodka regionalnego FRDL



WSAP

Informacje o projekcie są dostępne na stronie: [www.opole.frdl.pl](http://www.opole.frdl.pl), [www.monar.org.pl](http://www.monar.org.pl).

Można je także uzyskać drogą e-mailową, pisząc pod adres:  
[apieszka@opole.frdl.pl](mailto:apieszka@opole.frdl.pl), [zbicka@monar.org.pl](mailto:zbicka@monar.org.pl).  
Biuro Projektu: Opolskie Centrum Demokracji Lokalnej FRDL  
45-018 Opole, ul. Krakowska 51, III piętro;  
[www.opole.frdl.pl](http://www.opole.frdl.pl), e-mail: [biuro@opole.frdl.pl](mailto:biuro@opole.frdl.pl)



Projekt jest realizowany w ramach Działania 1.5 SPO RZL,  
finansowany przez Unię Europejską  
z Europejskiego Funduszu Społecznego.

